

DOI: 10.12731/2218-7405-2018-4-76-87

УДК 616.5+159.96

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ ЭРИКСОНОВСКОЙ ГИПНОТЕРАПИИ В КОСМЕТОЛОГИИ НА ПРИМЕРЕ ПРОЦЕДУРЫ СКУЛЬПТУРНОГО МАССАЖА ЛИЦА ПО ТИБЕТСКОЙ ТЕХНИКЕ

Мальцева Т.В., Казакова П.О., Казаков А.А.

Цель. Недостаточная информированность людей о гипнозе и, как следствие, распространенные заблуждения, порождающие чувство страха перед данным методом психотерапии, не препятствуют его активному использованию в различных направлениях медицины.

Целью нашего исследования стало изучение эффективности методов эриксоновской гипнотерапии в рамках косметологии на примере процедуры скульптурного массажа лица по тибетской технике.

Материалы и методы. В исследовании участвовали 22 женщины в возрасте от 22 до 69 лет (средний возраст $43,52 \pm 10,34$ лет). Контрольную группу составили 22 женщины от 35 до 66 лет (средний возраст $48,81 \pm 10,33$ лет). Участницы, по собственному желанию, были распределены на контрольную и экспериментальную группы. В ходе исследования, каждой участнице экспериментальной группы проводилось три сеанса скульптурного массажа лица по тибетской технике в сочетании с эриксоновской гипнотерапией.

Критерием оценки эффективности стал анализ изменения линии бровей, рассчитываемый по формуле: «наружный кантус-точка назиона» (КН) / расстояние «наружный кантус-бровь» (КБ)» (Сергиенко В.И., Кулаков А.А., Петросян Н.Э., Петросян Э.А.), а так же опросник САН: самочувствие, активность, настроение (В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, В.Б. Шарай и М.П. Мирошников).

Результаты. Объективные результаты исследования, оцениваемые при помощи критерия Манн-Уитни, оказались в зоне незначимости. По объективным показателям психологического состояния

исследуемых различий в сеансах с гипнотической индукцией и без нее нет. По субъективным высказываниям в экспериментальной группе намного реже присутствовали ощущения болезненности процедуры (14 %), а в контрольной группе на болезненность процедуры жаловались все участницы (100%).

Заключение. Использование методов эриксоновской терапии во время проведения болезненной техники массажа дает эффект обезболивания, процедура переносится мягче, с субъективно положительными эмоциями. Субъективные отзывы участниц наводят на мысль о необходимости дополнительного исследования возможностей использования техник эриксоновской гипнотерапии в рамках современной косметологии и дерматовенерологии, либо разработки специального инструментария для оценки результатов воздействия гипнотической индукции.

Ключевые слова: эриксоновская гипнотерапия; косметология; анестезия; анальгезия; скульптурный массаж по тибетской технике.

THE USE OF ERIKSON HYPNOTHERAPY METHODS IN COSMETOLOGY ON THE EXAMPLE OF THE PROCEDURE OF SCULPTURE FACE MASSAGE BY TIBETAN TECHNIQUE

Maltseva T.V., Kazakova P.O., Kazakov A.A.

Purpose. A lack of awareness about hypnosis and, as a result, widespread misconceptions that provoke a fear of this method of psychotherapy do not prevent from active use of this method in various disciplines of medicine.

The **aim** of our research is the study of efficiency of Erickson hypnotherapy methods in cosmetology using the procedure of sculpture face massage based on the Tibetan technique as an example.

Methodology. 22 women aged 22 to 69 (the average age is 43,52 \pm 10,34 years old) participated in the study. The control group consists of 22 women aged 35 to 66 (the average age is 48,81 \pm 10,33 years old). The

participants were voluntarily divided into the control and experimental groups. During the study each participant had 3 sessions of sculpture massage based on the Tibetan technique in combination with Erickson hypnotherapy.

The criterion for assessing the efficiency of the method was the analysis of the change of the brow line which is calculated according to the formula: “outer cantus-point of nasion” (CN)/ the length of “outer cantus-brow (CB)” (Sergienko V.I., Kulakov A.A., Petrosyan N.E., Petrosyan E.A.), as well as WAM questionnaire: well-being, activity, mood (Doskin V.A., Lavrentjeva N.A., Sharay V.B., Miroshnikov M.P.).

Results. *The use of hypnotic induction during quite painful technique of face massage has an effect of anesthesia, the patients undergo the procedure more smoothly with subjectively positive emotions. Objective results of the study evaluated with the Mann-Whitney U-test were in the zone of irrelevance. According to the objective indicators of the psychological well-being of the participants there is no difference between sessions with hypnotic induction and without it. However according to the subjective feedback, the participants of the experimental group far less frequently met the painfulness of the procedure (14%), while all the participants of the control group suffer from the painfulness of the procedure (100%).*

Conclusion. *Subjective feedback of the participants suggests the necessity of further study of the possibilities of use of Erickson hypnotherapy in modern cosmetology and dermatovenereology, or the elaboration of specialized toolkit to assess the results of hypnotic induction.*

Keywords: *Erikson hypnotherapy; cosmetology; anesthesia; analgesia; sculpture face massage by Tibetan technique.*

Введение

Несмотря на достаточно низкую осведомленность населения о гипнотической индукции и часто встречающемся страхе перед гипнотическим трансом [2, 6], данный метод находит свою реализацию во всех сферах жизни человека, особое место занимает его терапевтический аспект в медицинской деятельности: в психиатрии, дерматологии, неврологии [13, 14, 15]. Феноменом анальгезии и ане-

стезии, полученном при гипнотическом ведении, заинтересовались врачи-стоматологи из-за возможности проведения болезненных процедур и медицинских вмешательств в более комфортном для пациента состоянии [7, с. 1663–1667]. Облегчение страданий роженицы и уменьшение риска родовой травмы, в результате гипнотического сопровождения родов, открывают новые возможности для акушеров-гинекологов [3, с. 7–10].

Высокий уровень урбанизации, нарушение экологического равновесия, всевозможные личные причины способствуют возникновению дистрессов разной степени выраженности у большинства людей [5, с. 185–192]. Это является неотъемлемой частью нарушений психофизиологических функций в организме человека со всеми вытекающими последствиями.

Борясь с негативным настроением, многие женщины приходят в кабинет косметолога с жалобами на «тяжелую работу», «повседневность», в поиске «релаксации», «чувства свободы» [8].

Целью исследования стало изучение эффективности методов эриксоновской гипнотерапии в рамках косметологии.

Материалы и методы

К исследованию приглашались женщины, желающие улучшить свой внешний вид с помощью скульптурного массажа лица по тибетской технике и не имеющие противопоказаний к данному виду массажа или к гипнозу.

В исследовании участвовали 22 женщины в возрасте от 22 до 69 лет (средний возраст $43,52 \pm 10,34$ лет). Контрольную группу составили 22 женщины от 35 до 66 лет (средний возраст $48,81 \pm 10,33$ лет). Расчет размера выборки предварительно не производился. Участницы были распределены на две группы: группа без использования гипнотической индукции (контрольная группа) и группа с использованием во время массажа гипнотической индукции (экспериментальная группа). Распределение участниц по группам производилось по их желанию.

В ходе исследования, каждой участнице экспериментальной группы проводилось три сеанса скульптурного массажа лица по тибетской технике в сочетании с эриксоновской гипнотерапией. Процесс проведения массажа сопровождался созданием гипнотической индукции через фиксацию внимания на базовых модальностях, депонтификацию сознания через способ насыщения, далее следовал запуск бессознательного поиска с выходом на бессознательные процессы. В контексте гипнотерапии применялись: ратификация, диссоциация, релятивизация, гармонизация, метафоры в сочетании с косвенными и прямыми внушениями направленные на расслабление, «омолаживание», обезболивание, а также приемы углубления транса [4, 11, 12]. Сеансы проводились один раз в неделю.

Одним из критериев оценки эффективности стал анализ изменения линии бровей, рассчитываемый по формуле: «наружный кантус-точка назиона» (КН) / расстояние «наружный кантус-бровь» (КБ) [9]. В качестве метода контроля психологического состояния испытуемых, использовался опросник САН: самочувствие, активность, настроение (В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, В.Б. Шарай и М.П. Мирошников) [1] (далее САН), заполняемый до сеанса и после него. Подсчет полученных данных производился с помощью сайта: <http://psytests.org/psystate/san-run.html> [16].

Результаты и обсуждение

Результаты оценки изменения психологического состояния испытуемых с помощью опросника САН представлены в таблице 1.

Таблица 1.

**Оценка изменения психологического состояния испытуемых
в ходе исследования**

	Экспериментальная группа (с использованием гипнотической индукции)		Контрольная группа	
	До	После	До	После
Самочувствие	5,55±0,88	5,70±0,71	5,49±0,99	5,66±0,77
Активность	4,48±1,21	4,96 ±1,27	4,66±1,09	5,24 ±1,20
Настроение	5,94 ±0,85	6,31 ±0,60	6,01 ±0,88	6,24 ± 0,83

Как видно из таблицы 1 экспериментальная и контрольная группа по параметрам психологического состояния как «до», так и «после» исследования не различаются. Это также подтверждает расчет U-критерия (критерий Манна-Уитни)[10, с. 49–56] при сравнении данных групп по параметрам психологического состояния. Полученные эмпирические значения $U_{\text{эмп}}$ находятся в зоне незначимости по параметрам самочувствие, активность, настроение. Таким образом, экспериментальная группа не превосходит контрольную группу, мы имеем две группы с равными средними показателями, как на начало экспериментальной части исследования, так и на окончание эксперимента.

Следует сделать вывод, что по объективным показателям психологического состояния исследуемых различий в сеансах с гипнотической индукцией и без нее нет. Однако, по субъективным высказываниям в экспериментальной группе намного реже присутствовали ощущения болезненности процедуры (14 %), а в контрольной группе на болезненность процедуры жаловались все участницы (100%). В экспериментальной группе все исследуемые (100%) сразу после массажа высказывали положительные эмоции в ярко выраженной экспрессивной форме, в контрольной группе положительные эмоции высказывались лишь после третьего сеанса, когда результат от процедуры становился более стойким. Также у исследуемых из экспериментальной группы отмечалось сохранение трансового состояния сразу после сеанса, что можно считать результатом хорошо проведенного гипнотического сопровождения.

Для сравнения преобразования признаков старения был проведен анализ изменения линии бровей в ходе исследования, рассчитываемый по формуле: расстояние «наружный кантус-точка назиона» (КН) / расстояние «наружный кантус-бровь» (КБ)[9] (Таблица 2).

Таблица 2.

Оценка изменения линии бровей

	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Первый сеанс	2,25±0,22	2,34±0,33
Третий сеанс	2,25±0,28	2,37±0,28

Анализируя таблицу 2, напрашивается вывод о том, что исследуемый параметр в обеих группах изменяется незначительно. Критерий Манна-Уитни так же указывает на нахождение $U_{эмп}$ в зоне незначимости. Однако, стоит иметь ввиду, что курс процедур «Скульптурный массаж лица. Тибетская техника» не был проведен в полном объеме, что вероятно и является причиной отсутствия объективного результата.

Необходимо оговорить, что все женщины, как экспериментальной, так и контрольной группы, заметили положительный эффект от процедур. Отмечалось улучшение цвета кожи лица, четкость и подтянутость овала лица, разглаживание морщин. Женщины с пресбиопией сообщили об улучшении зрения в течение нескольких дней после сеанса. Помимо этого, участницы эмпирической группы с удовольствием рассказывали о пережитом опыте гипнотического транса, субъективно отмечали улучшение настроения, более гармоничное восприятие себя и утверждали о неприемлемости прохождения процедур массажа лица без гипнотического сопровождения.

Две испытуемые из контрольной группы в возрасте 64 и 62 лет, были вынуждены выбыть из исследования досрочно в связи с повысившимся артериальным давлением в течение 24 часов, после процедуры, что стало основанием для прекращения участия в исследовании.

Заключение

Таким образом, нами проведен сравнительный анализ эффективности процедуры массажа лица, как самостоятельной процедуры, так и с гипнотическим сопровождением. Использование гипнотической индукции во время проведения достаточно болезненной техники массажа дает эффект обезболивания, процедура переносится мягче, с субъективно положительными эмоциями. 87% участниц экспериментальной группы прошли полный курс (10 процедур) «Скульптурный массаж лица. Тибетская техника», а в контрольной группе ни одна из участниц из-за болезненных ощущений полный курс не прошла. Этим и объясняется невозможность продолжения регистрации результатов эксперимента относительно сравнения параметров изменения линии бровей.

Несмотря на незначительные объективные результаты, субъективные отзывы участниц подтверждают необходимость более тщательного и полного исследования возможностей эриксоновской гипнотерапии в рамках современной косметологии, а также подбора сравниваемых признаков и диагностического инструментария.

Список литературы

1. Барканова О.В. (сост.) Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум. Вып. 2. Красноярск: Литера-принт, 2009. 237 с.
2. Бехтерев В.М. Гипноз, внушение, телепатия. М.: Мысль, 1994. 364 с.
3. Вишневская Е.Е. Применение суггестивных методов, в том числе гипнотерапии, в акушерской практике // Журнал акушерства и женских болезней. 2017. № 5. С. 7–10.
4. Гинзбург М.Р., Яковлева Е.Л. Эриксоновский гипноз: систематический курс. М.: Независимая фирма «Класс», 2015. 264 с.
5. Кенунен О.Г. Психофизиологические аспекты адаптации к жизни в большом городе // Всероссийская научно-практическая конференция «Город в зеркале наук – 2015». 2015. С. 185–192.
6. Михайлов А.О., Попова В.В., Иванова Н.С. Исследование отношения к гипнозу и гипнотерапии студентов (по данным социологического исследования) // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2015. № 1–1. С. 155–158. URL: <https://www.applied-research.ru/ru/article/view?id=6357> (дата обращения: 01.02.2018).
7. Сафиуллин А.А. Гипнотерапия в стоматологической практике // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2016. № 12 (часть 9). С. 1663–1667.
8. Сац Е.А. Особенности самосознания женщин, недовольных собственной внешностью: автореф. дис. ... канд. психол. наук. ФГБОУ ВПО «Российский государственный гуманитарный университет», М., 2015. URL: <http://nauka-pedagogika.com/psihologiya-19-00-01/dissertaciya-osobennosti-samosoznaniya-zhenschin-nedovolnyh-sobstvennoy-vneshnostyu> (дата обращения: 31.01.2018).
9. Сергиенко В.И., Кулаков А.А., Петросян Н.Э., Петросян Э. А. Пластическая хирургия лица и шеи. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010. 328 с.

10. Сидоренко Е.В. Математические методы обработки в психологии. СПб., 2001. С. 49–56.
11. Тукаев Р.Д. Механизмы гипноза и гипнотерапии (теоретический анализ и практическое применение в психотерапии психогений и неврозоподобных состояний): автореф. дис. ... д-ра мед. наук. Санкт-Петербургский научно-исследовательский психоневрологический институт им. В.М. Бехтерева, Санкт-Петербург, 1999. URL: <http://medical-diss.com/medicina/mechanizmy-gipnoza-i-gipnoterapii> (дата обращения: 31.01.2018).
12. Эриксон М. Гипнотические реальности: Наведение клинического гипноза и формы косвенного внушения / Милтон Эриксон, Эрнест Росси, Шейла Росси; пер. с англ. М.А. Якушиной под ред. М.Р. Гинзбурга. М.: Класс, 2000.
13. Shenefelt P.D. Hypnosis in Dermatology. Arch Dermatol. 2000, pp. 393–399.
14. Barbero U., Ferraris F., Muro M., Budano C., Anselmino M., Gaita F. Hypnosis as an effective and inexpensive option to control pain in transcatheter ablation of cardiac arrhythmias // Journal of Cardiovascular Medicine. 2018, 19(1), pp. 18–21. doi: 10.2459/JCM.0000000000000605
15. Berlière M., Roelants F., Watremez C., Docquier M.A., Piette N., Lamerant S., etc. The advantages of hypnosis intervention on breast cancer surgery and adjuvant therapy // Breast. 2018. V.37. pp. 114–118. doi: 10.1016/j.breast.2017.10.017.
16. <http://psytests.org/psystate/san-run.html> (дата обращения: 29.01.2018).

References

1. Barkanova O.V. Metody diagnostiki emotsionalnoy sfery: psikhologicheskoye praktikum – vyp.2 [Methods of the diagnosis of emotional sphere: psychological practicum – 2nd release]. Krasnoyarsk: Litera-print, 2009. 237 p.
2. Behterev V.M. *Gipnoz, vnushenie i telepatsiya* [Hypnosis, suggestion, telepathy]. Moscow: Mysl, 1994. 364 p.
3. Vyshnevskaya E.E. Primenenie suggestivnykh metodov, v tom chisle gipnoterapii, v akusherskoy praktike [The use of suggestive methods, including hypnotherapy, in obstetric practice]. *Journal of obstetrics and woman disease*, no 5 (2017), pp. 7–10.

4. Ginzbur M.R., Yakovleva E.L. *Eriksonovskiy gipnoz: sistematicheskyy kurs* [Erickson hypnosis: systematic course]. Moscow: Nezavisimaya firma “Klass”, 2015. 264 p.
5. Kenunen O.G. Psikhofiziologicheskiye aspekty adaptatsii k zhizni v bolshom gorode [Psychophysiological aspects of adaptation to living in a big city]. *Vserossiyskaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya “Gorod v zerkale nauk – 2015”* [All-Russian scientific-practical conference “City in the Mirror of Sciences – 2015”], 2015, pp. 185–192.
6. Mykhailov A.O., Popova V.V., Ivanova N.S. Issledovanie otnosheniya k gipnozu i gipnoterapii studentov (po dannym sotsiologicheskogo issledovaniya) [The study of students’ attitude to hypnosis and hypnotherapy]. *International journal of applied and fundamental research*, no 1-1 (2015), pp. 155–158. <https://www.applied-research.ru/ru/article/view?id=6357> (applied to on 01.02.2018).
7. Safiullin A.A. Gipnoterapiya v stomatologicheskoy praktike [Hypnotherapy in dentistry]. *International journal of applied and fundamental research*, no 12 part 9 (2016), pp. 1663–1667.
8. Sats E.A. *Osobennosti samosoznaniya zhenstchin, nedovolnykh sobstvennoy vneshnostiyu: avtoreferat dissertatsii...kand. psikholog. nauk* [Features of self-awareness of women dissatisfied with their appearance: author’s summary of thesis... Candidate of Psychological science]. Moscow: Russian State University for the Humanities. 2015. <http://nauka-pedagogika.com/psihologiya-19-00-01/dissertatsiya-osobennosti-samosoznaniya-zhenstchin-nedovolnykh-sobstvennoy-vneshnostyu> (applied to on 31.01.2018).
9. Sergienko V.I., Kulakov A.A., Petrosyan N.E., Petrosyan E.A. *Plasticheskaya khirurgiya litsa i shey* [Plastic surgery of face and neck]. Moscow: GEOTAR – Media, 2010. 328 p.
10. Sidorenko E.V. *Matematicheskiye metody obrabotki v psikhologii* [Mathematical methods of processing in psychology]. Saint-Petersburg, 2001, pp. 49–56.
11. Tukaev R.D. *Mekhanizmy gipnoza i gipnoterapii (teoreticheskiy analiz i prakticheskoe primeneniye v psikhoterapii psikhogeniye i nevrozopodobnykh sostoyaniy): avtoreferat dissertatsii...dok.med.nauk* [Mechanisms of hypnosis and hypnotherapy (theoretical analysis and practical application

- in psychotherapy of psychogenic disease and neurosis-like conditions: author's summary of thesis... [PhD of Medical science)]. Saint-Petersburg: The St. Petersburg Bekhterev Psychoneurological Research Institute, 1999. <http://medical-diss.com/medicina/mechanizmy-gipnoza-i-gipnoterapii> (applied to on 31.01.2018).
12. Erickson M., Rossi E., Rossi Sh., translation from English by Yakushina M.A. edited by Ginzburg M.R. *Gipnoticheskie realnosti: navedeniye klinicheskogo gipnoza I formy kosvennogo vnusheniya* [Hypnotic realities: the Introduction of Clinical Hypnosis and Forms of Indirect Suggestion]. Moscow: Klass, 2000.
13. Shenefelt P.D. Hypnosis in Dermatology. *Arch Dermatol.* 2000, pp. 393–399.
14. Barbero U., Ferraris F., Muro M., Budano C., Anselmino M., Gaita F. Hypnosis as an effective and inexpensive option to control pain in transcatheter ablation of cardiac arrhythmias. *Journal of Cardiovascular Medicine.* 2018, 19(1), pp. 18–21. doi: 10.2459/JCM.0000000000000605
15. Berlière M., Roelants F., Watremez C., Docquier M.A., Piette N., Lamerant S., etc. The advantages of hypnosis intervention on breast cancer surgery and adjuvant therapy. *Breast.* 2018. V.37. pp. 114–118. doi: 10.1016/j.breast.2017.10.017.
16. <http://psytests.org/psystate/san-run.html>

ДАННЫЕ ОБ АВТОРАХ

Мальцева Татьяна Вячеславна, кандидат психологических наук, доцент, гипнотерапевт, преподаватель общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги
Академия управления МВД России
ул. Зои и Александра Космодемьянских, 8, г. Москва, 125171,
Российская Федерация
mtv-psy@mail.ru

Казакова Полина Олеговна, студент 6 курса, косметолог-эстетист, гипнотерапевт
ГБОУ ВПО «Московский государственный медико-стоматологический университет им. А.И. Евдокимова»

*ул. Делегатская, 20/1, г. Москва, 125040, Российская Федерация
daphna94@mail.ru*

Казаков Антон Александрович, студент 6 курса, массажист
*ГБОУ ВПО «Московский государственный медико-стоматологический университет им. А.И. Евдокимова»
ул. Делегатская, 20/1, г. Москва, 125040, Российская Федерация
daphna94@mail.ru
ORCID: 0000-0002-4030-133X*

DATA ABOUT THE AUTHORS

Maltseva Tatiana Vyacheslavovna, Candidate of Psychological Science, Associate Professor, Hypnotherapist, Tutor in an all-Russian professional psychotherapeutic league.
*Academy of Management of the Ministry of Internal Affairs of Russia
8, Zoe and Alexandra Kosmodemyanskikh Str., Moscow, 125171, Russian Federation
mtv-psy@mail.ru
ORCID: 0000-0002-0629-7293
SPIN-code: 4749-6995*

Kazakova Polina Olegovna, Student, Cosmetologist-Esthetician, Hypnotherapist
*Moscow State Medical-Stomatological University
20/1, Delegate Str., Moscow, 125040, Russian Federation
daphna94@mail.ru
ORCID: 0000-0001-8349-3178
SPIN-code: 1895-0810*

Kazakov Anton Alexandrovich, Student, Masseur
*Moscow State Medical-Stomatological University
20/1, Delegate Str., Moscow, 125040, Russian Federation
daphna94@mail.ru
ORCID: 0000-0002-4030-133X*